FRANCE
& BELGIQUE

Commandes	du	mercredi	12/07	au	lundi	17/07/23
Livraisons	du	mardi	18/07	au	vendredi	21/07/23

Le safou, c'est quoi ?

Le safoutier est sans doute un des grands seigneurs de la forêt africaine : ses fruits sauvages multicolores, avec leur saveur captivante et leurs éléments nutritifs essentiels, sont un aliment de base dans les régions d'Afrique équatoriale et tropicale où il prospère.
Lors de la première dégustation, on est souvent stupéfait de découvrir une saveur à la fois totalement nouvelle et pourtant familière, son goût fait ressurgir des souvenirs de fromage de chèvre fondant agrémenté de fines herbes pour certains, de charcuterie fine pour d'autres.
Le safou a besoin pour mûrir, dans un premier temps, d'une ambiance chaude et humide. Une technique consiste à le placer dans un sac plastique avec un peu d'humidité, que vous mettez dans une pièce chaude ou sur un déshydrateur réglé sur 35°C. Laissez-le 24 h environ dans le sac plastique, puis retirez-le pour qu'il finisse de mûrir directement dans le déshydrateur.
Il continuera alors, dans un deuxième temps, d'évoluer délicieusement en séchant un peu.
Le safou a tendance à mûrir par zone et peut ainsi présenter des parties déjà molles à côté d'autres encore fermes. Deux à trois jours suffisent généralement pour obtenir une maturation complète.

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
100 €* et plus
*hors frais de port

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours de 18 à 20 heures - sauf le mardi)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

En promotion cette semaine:

PAPAYE
D'ESPAGNE

Mangée bien molle, elle rappelle à merveille un bon coulis de fruits rouges.

~~12,95 €/kg~~

- 20%
à partir de 6 kg : 10,35 €/kg

- 10%
à partir de 3 kg: 11,65 €/kg

SAFOU
DU CAMEROUN

Certains le comparent à du fromage frais aux fines herbes…

~~22,35 €/kg~~

- 24%
à partir de 4 kg : 16,95 €/kg

- 11%
à partir de 2 kg : 19,85 €/kg

Fruit de la saison

15,40 €/kg

CERISE D'ESPAGNE

Eh oui, la saison des cerises est en cours ! Différentes variétés se succèdent, aussi délicieuses les unes que les autres. Nous demandons à nos producteurs de bien cueillir les cerises à pleine maturité afin de vous offrir les fruits les plus savoureux possible !

6,25 €/125g

Myrtille en barquette

Les saveurs de la montagne...

8,35 €/kg

Orange Navelate

Une belle orange, douce et fruitée.

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Abricot	Esp	P	11,95/kg
Cerise rouge	Esp	S	15,40/kg
Kiwi Gold	New	S	16,45/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	9,65/kg
Myrtille bq 125g	Por	S	6,25/p.
Nectarine jaune	Esp	P	12,00/kg
Pêche jaune	Esp	P	11,70/kg
Pêche plate blanche	Esp	P	13,40/kg
Poire Conférence	Pay	P	10,10/kg
Pomme Braeburn	Ita	S	9,00/kg
Pomme Elstar	Fra	S	9,55/kg
Pomme Fuji	Esp	P	9,50/kg
Pomme Juliet	Fra	S	9,20/kg
Pomme Pinova	Ita	S	8,85/kg

Disponibilité des variétés selon les récoltes.

12,00 €/kg

Nectarine jaune

Bien juteuse et parfumée.

11,95 €/kg

Abricot

Chair mûre, tendre et parfumée... un vrai plaisir !

Agrumes

	Pays		Prix unit.
Citron	Esp	P	8,05/kg
Orange douce	Esp	P	8,30/kg
Orange Navelate	Esp	P	8,35/kg
Orange Valencia Late	Esp	P	8,35/kg
Pomelo Rubis	Esp	P	9,35/kg

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	13,65/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	8,75/kg
Carotte	Esp	S	8,35/kg
Concombre long lisse	Esp	S	9,05/kg
Curcuma	Per	S	15,75/kg
Fenouil	Fra	S	10,70/kg
Gingembre	Per	S	13,80/kg
Oignon jaune	Fra	S	8,80/kg
Patate douce rose	Esp	P	9,30/kg
Poivron rouge	Esp	P	10,55/kg
Poivron rouge long	Esp	P	9,45/kg
Pomme de terre	Fra	S	7,65/kg

Tomates

	Pays		Prix unit.
Tomate Cerise grappe	Ita	S	11,85/kg
Tomate Raf noire	Esp	P	8,95/kg
Tomate rust. mixte	Fra	P	12,90/kg

Baisses

Maracuja violet	~~21,95 €/kg~~	19,85 €/kg	-9,6%
Kiwi Gold	~~17,95 €/kg~~	16,45 €/kg	-8,4%
Pomme Fuji	~~10,10 €/kg~~	9,50 €/kg	-5,9%
Poire Conférence	~~10,70 €/kg~~	10,10 €/kg	-5,6%
Tomate rust. mixte	~~13,60 €/kg~~	12,90 €/kg	-5,1%

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou-rave vert	Fra	S	3,85/p.
Chou-rave violet	Fra	S	3,70/p.

Algues fraîches

	Pays		Prix unit.
A.fr.Ramallo bq.250g	Esp	P	9,80/p.

3,85 €/p.

Chou-rave vert

Croquant et bien sucré.

12,90 €/kg

Tomate rustique mixte

Un festival de saveur plus palpitantes les unes que les autres !

 (suite p. 8)

18,20 €/kg

Avocat Lamb-Hass

Facile à peler, il révèle sa saveur exceptionnellement riche et sa texture crémeuse.

21,45 €/kg

Fruit du dragon blanc

Coupez le fruit en deux et dégustez-le à la petite cuillère.

14,20 €/kg

Banane Figue-Pomme

Une petite banane toute dodue, parfumée comme un dessert de chef !

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	14,10/kg	13,40/kg dès 6kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	18,90/kg	17,96/kg dès 6kg
Avocat Hass mini	Esp	P	17,30/kg	16,44/kg dès 4kg
Avocat Lamb-Hass	Esp	P	18,20/kg	17,29/kg dès 4kg
Avocat Reed	Esp	P	18,15/kg	17,24/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	P	11,35/kg	10,78/kg dès 5kg
Banane Figue	Cam	P	14,20/kg	13,49/kg dès 4kg
Banane Figue-Pomme	Cam	P	14,20/kg	13,49/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	13,95/kg	13,25/kg dès 4kg
Banane Poyo	Rep	S	9,70/kg	
Banane Rose	Cam	P	14,35/kg	13,63/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	15,70/kg	14,92/kg dès 2kg
Coco Pagode Light	Tha	P	20,85/kg	19,81/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	13,95/kg	13,25/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	18,65/kg	17,72/kg dès 1kg
Fruit dragon blanc	Tha	P	21,45/kg	20,38/kg dès 3kg
Mangue Ataulfo	Mex	P	20,55/kg	19,52/kg dès 4kg
Mangue Emeraude	Cam	P	19,55/kg	18,57/kg dès 4kg
Mangue Hayden	Mex	P	20,45/kg	19,43/kg dès 4kg
Mangue Kent	Per	P	22,15/kg	21,04/kg dès 4kg
Maracuja	Cam	P	23,50/kg	22,33/kg dès 3kg
Maracuja violet	Esp	P	19,85/kg	18,86/kg dès 3kg
Papaye Espagne	Esp	P	12,95/kg	12,30/kg dès 4kg
Pepino	Esp	P	12,95/kg	12,30/kg dès 3kg
Safou	Cam	P	22,35/kg	21,23/kg dès 3kg
Sapote Blanco	Esp	P	15,35/kg	14,58/kg dès 3kg
Sève de Palmier450ml	Tha	P	12,65/p.	12,02/p. dès 4p.

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	4,30/p.	4,09/p. dès 12p.
Casse Fistu.déc 220g	Ind	P	11,90/p.	11,31/p. dès 10p.
Casse Fistula bâton	Ind	P	21,85/kg	20,76/kg dès 3kg
Tamarin acidulé	Per	P	21,90/kg	20,81/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	25,90/kg	24,61/kg dès 3kg

15,70 €/kg

Cabosse de cacao

Le chocolat à l'état brut.

20,55 €/kg

Mangue Ataulfo

Elle est mûre lorsque sa peau prend une couleur or.

14,20 €/kg

Banane Figue

Une mini-banane au goût délicieux.

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande). Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

Fabuleuses saveurs !

19,55 €/kg

Mangue Émeraude

Une petite mangue sauvage au goût intense.

18,15 €/kg

Avocat Reed

Chair ferme, riche et légèrement salée.

19,85 €/kg

Maracuja violet

Délicieusement acidulé.

14,10 €/kg

Ananas Cayenne

Chair bien colorée et savoureuse.

20,85 €/kg

Noix de coco Pagode Light

La noix de coco dans sa jeunesse, pleine de jus et à la chair fine et tendre.

12,65 €/450ml

Sève de palmier 450ml

Un nectar au goût intense et incomparable.

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande coque friable	Ira	P	30,90/kg	29,36/kg dès 3kg
Amande Marcona	Esp	P	11,65/kg	11,07/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	19,80/kg	18,81/kg dès 5kg
Noisette en coque	Cat	P	15,85/kg	15,06/kg dès 5kg
Noix en coque	Esp	P	15,05/kg	14,30/kg dès 5kg
Pécan en coque	Esp	P	24,65/kg	23,42/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	28,45/kg	27,03/kg dès 5kg
Testset oléagineux	Fra	P	25,65/p.	

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Am. déc. Tuono 500g	Ita	P	16,45/p.	15,63/p. dès 4p.
Amandon décort 500g	Ira	P	14,70/p.	13,97/p. dès 4p.
Arach.déc.violet 1kg	Per	P	30,50/p.	28,98/p. dès 3p.
Arachide déc. 500g	Ira	P	11,75/p.	11,16/p. dès 6p.
Cajou avec peau 500g	Ind	P	23,00/p.	21,85/p. dès 4p.
Cajou mondée 500g	Ind	P	22,65/p.	21,52/p. dès 4p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	11,10/p.	10,55/p. dès 8p.
Noisette décort 500g	Cat	P	13,95/p.	13,25/p. dès 4p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	15,90/p.	15,11/p. dès 4p.
Pignon de pin 1kg	Esp	P	73,40/p.	69,73/p. dès 2p.
Pistache décort 500g	Esp	P	27,70/p.	26,32/p. dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	7,20/p.	6,84/p. dès 6p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Dulse sèche 100g	Fra	P	10,30/p.	9,79/p. dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	11,40/p.	10,83/p. dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	12,65/p.	12,02/p. dès 10p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	17,35/p.	16,48/p. dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	21,50/p.	20,43/p. dès 6p.

Amande Marcona en coque

À la fois tendre et croquante, fine et subtile, elle est considérée comme la meilleure variété d'amande.

Nouvel arrivage

11,65 €/kg

Graines

	Pays		Prix unit.
Gr. de Chanvre 250g	Fra	P	5,90/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	9,40/p.
Lentille verte 500g	Fra	P	6,95/p.
Lin brun 250g	Pol	P	7,90/p.
Pois chiche 500g	Esp	P	5,55/p.
Quinoa 500g	Per	P	8,45/p.
Riz rond 500g	Ita	P	5,60/p.
Sésame 500g	Eth	P	7,00/p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	7,20/p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	39,95/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	79,75/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	48,95/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	103,20/p.
Testset dattes	Fra	P	26,65/p.
Testset fruits secs	Fra	P	27,20/p.
Testset oléagineux	Fra	P	25,65/p.

Le cacao pour la mémoire et la bonne humeur ?

Selon une étude américaine de l'université Columbia de 2021, un apport supplémentaire en flavanols de cacao entraîne de meilleurs résultats à des tests cognitifs chez les seniors, notamment ceux liés à la mémoire.

Le cacao contient également de la théobromine, une substance organique ayant des propriétés sur notre corps. Elle favoriserait l'éveil ainsi que la sécrétion par le cerveau de substances qui provoquent la sensation de plaisir, de bien-être et de bonne humeur.

Et n'oublions pas que le cacao c'est bon ! Le facteur plaisir fait partie intégrante des bienfaits du cacao sur l'humeur et favorise ainsi davantage la sécrétion des neuro-transmetteurs dont on vient de parler.

23,95 €/kg

Datte Barhi tendre

Ce mélange d'arômes de café et de caramel en fait une des dattes les plus exquises !

Produits de la ruche

	Pays		Prix unit.
Gelée royale 25g	Esp	P	18,00/p.
Propolis brute 15g	Esp	P	10,50/p.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	13,45/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	26,70/p.

Miels en rayon

	Pays		Prix unit.
Oranger rayon 250g	Esp	P	7,75/p.
Thym rayon 250g	Esp	P	7,95/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-n.Easy-cracker	Chi	70,45/p.
Casse-noix cube	Fra	23,50/p.
Ouvre-huître	Fra	5,55/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Aloe Vera feuille	Esp	P	10,80/kg
Arg. v.concassée 1kg	Fra	P	12,30/p.
Argile v.Illite 300g	Fra	P	7,10/p.
Ghassoul 1kg	Mar		16,00/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		7,95/p.
Tube arg.Illite 150g	Fra		5,00/p.
Tube arg.Illite 400g	Fra		11,70/p.

12,85 €/500g

Miel de châtaignier

Un miel à la couleur sombre, corsé, au parfum riche et suave.

28,80 €/kg

Datte Halawi

Un petit goût de caramel à la crème.

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Abricot dénoy. 250g	Tur	P	7,90/p.	7,51/p. dès 8p.
Ananas séché 250g	Cam	P	10,35/p.	9,83/p. dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	14,30/p.	13,59/p. dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	8,15/p.	7,74/p. dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	7,80/p.	7,41/p. dès 8p.
Cacao entier 200g	Cam	P	7,90/p.	7,51/p. dès 8p.
Cacao fermenté 250g	Ind	P	9,65/p.	9,17/p. dès 4p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	7,55/p.	7,17/p. dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	4,30/p.	4,09/p. dès 12p.
Coco jeune séch.100g	Tha	P	6,05/p.	5,75/p. dès 10p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	9,15/p.	8,69/p. dès 10p.
Figue de miel ½kg	Esp	P	9,05/p.	8,60/p. dès 10p.
Figue Granillo 500g	Esp	P	8,05/p.	7,65/p. dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	12,65/p.	12,02/p. dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	5,50/p.	5,23/p. dès 4p.
Jujube sèche 225g	Esp	P	11,60/p.	11,02/p. dès 5p.
Kaki sec 200g	Esp	P	13,65/p.	12,97/p. dès 6p.
Longane sec 100g	Tha	P	5,65/p.	5,37/p. dès 6p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	12,20/p.	11,59/p. dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	10,05/p.	9,55/p. dès 10p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	10,60/p.	10,07/p. dès 4p.
Raisin brun 500g	Ira	P	11,55/p.	10,97/p. dès 4p.
Raisin Moscatel 500g	Esp	P	11,10/p.	10,55/p. dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	11,05/p.	10,50/p. dès 4p.
Tamarin acidulé	Per	P	21,90/kg	20,81/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	25,90/kg	24,61/kg dès 3kg
Testset fruits secs	Fra	P	27,20/p.	
Tomate séchée 250g	Esp	P	11,95/p.	11,35/p. dès 4p.

7,95 €/500g

Ghassoul en poudre

Une argile saponifère du Maroc qui remplace admirablement shampoing et savon.

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amandier	Esp	P	12,25/p.	11,64/p. dès 6p.
Bruyère	Esp	P	12,30/p.	11,69/p. dès 6p.
Châtaignier	Esp	P	12,85/p.	12,21/p. dès 6p.
Chêne	Esp	P	12,50/p.	11,88/p. dès 6p.
Citronnier	Esp	P	12,15/p.	11,54/p. dès 6p.
Forêt liquide	Esp	P	12,15/p.	11,54/p. dès 6p.
Lavande	Esp	P	12,15/p.	11,54/p. dès 6p.
Montagne	Esp	P	12,20/p.	11,59/p. dès 6p.
Néflier	Esp	P	12,25/p.	11,64/p. dès 6p.
Romarin	Esp	P	12,65/p.	12,02/p. dès 6p.
Thym	Esp	P	12,65/p.	12,02/p. dès 6p.
Toutes fleurs	Esp	P	12,15/p.	11,54/p. dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Bahri tendre	Ira	P	23,95/kg	23,95/kg dès 4kg
Barhi Iran 1kg	Ira	P	23,95/p.	22,75/p. dès 5p.
Deglet-N. bran. 1kg	Tun	P	19,05/p.	19,05/p. dès 5p.
Deglet-Nour sèche 1k	Ira	P	19,45/p.	18,48/p. dès 5p.
Halawi	Cal	P	28,80/kg	28,80/kg dès 5kg
Helali 1kg	Ira	P	25,60/p.	25,60/p. dès 5p.
Helali tendre	Ira	P	24,65/kg	24,65/kg dès 5kg
Khasoui 1kg	Ira	P	23,55/p.	23,55/p. dès 5p.
Mabroom 1kg	Ara	P	24,20/p.	22,99/p. dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	30,10/p.	30,10/p. dès 5p.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	32,65/p.	32,65/p. dès 5p.
Medjool Marasquin t.	Cal	P	33,20/p.	31,54/p. dès 5p.
Medjool rustique 1kg	Ira	P	23,35/p.	23,35/p. dès 5p.
Mozafati tendre 1kg	Ira	P	22,85/p.	22,85/p. dès 5p.
Piarom 1kg	Ira	P	25,75/kg	25,75/kg dès 5kg
Saffawi 1kg	Ara	P	25,55/p.	25,55/p. dès 5p.
Sayer 1kg	Ira	P	20,50/p.	20,50/p. dès 5p.
Segae 1kg	Ara	P	28,30/p.	28,30/p. dès 5p.
Shahani 1kg	Ira	P	20,00/p.	19,00/p. dès 5p.
Sukkari 1kg	Ara	P	24,60/p.	23,37/p. dès 5p.
Testset dattes	Fra	P	26,65/p.	
Zahidi 1kg	Ira	P	21,25/p.	21,25/p. dès 5p.

Quantité minimale : 1 kg

14,35 €/kg

Banane Rose

La banane exotique par excellence !

1,87 €/100g

Drupe de palmier

Sa chair est orange vif et très beurrée.

Cameroun

21,20 €/kg

MANGOUSTAN

Ses petits quartiers nacrés sont une merveille pour les yeux et pour le palais ; sa chair juteuse rappelle la douceur fruitée d'une crème glacée à l'orange.

12,95 €/kg

Pepino

Chair légère et rafraîchissante.

15,35 €/kg

Sapote Blanco

Une chair fondante comme une glace à la vanille…

13,95 €/kg

Banane Plantain

Bien mûre, elle prend des saveurs extraordinaires de confiture…

COMMANDES	LIVRAISONS FR	LIVRAISONS BE	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 22 h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	Forfait GLS : **13,95 €** Forfait « express » TNT : **22,95 €**	Forfait DPD :**15,45 €**	**France:** Banque QONTO **IBAN:** FR76 1695 8000 0162 8545 2504 559 **BIC:** QNTOFRP1XXX **Belgique :** Crédit agricole **IBAN**: BE54 1030 2263 3097 **BIC:** NICABEBBXXX

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave et sésame.